鴉片類物質成癮的藥物輔助治療

Medication-Assisted Treatment for Opioid Addiction: Facts for Families and Friends



為親朋好友提供的事實解說





This brochure provides basic information about medication-assisted treatment for opioid addiction. It describes medication options, the proper use of the medications, and common side effects. It also explains how medication fits into the overall recovery process. The brochure is directed at families and friends of patients entering medication-assisted treatment for opioid addiction. This publication may be downloaded from SAMHSA's Publications Ordering Web page at http://store.samhsa.gov.

「許多時候，家庭成員認為僅僅採取「拒絕」型方法，即只要不出現亢奮，便達到目的，萬事大吉，生活可以恢復正常。他們未能意識到，有時……我們並非親朋好友心目中的那個家人。我們變成了另一個人。」

馬林

您關愛的人是否因鴉片類物質成癮變成了「另一個人」？是否有辦法幫助您的朋友或摯愛克服這種成癮？

藥物輔助治療是幫助鴉片類物質成癮的人重獲新生的一種渠道。這種治療方式由三個同等重要的部分構成：

- 藥物
- 心理諮詢
- 親朋好友的支持

這三個部分相輔相成，共同發揮作用，幫助人們康復。藥物輔助治療可對您的親朋好友有所幫助。

注意事項：本手冊中，治療中常用的重要用語首次使用時用粗體字表達。

鴉片類物質是劇藥。

鴉片類物質是一種毒品藥物，會減緩人體活動，如呼吸及心跳。鴉片類物質亦會影響大腦，增加愉悅感。此類物質得名於一種罌粟植物製成的毒品藥物：鴉片。

人們出於醫療目的服用鴉片類物質。

醫生開具鴉片類藥物處方，用於治療疼痛，有時是為緩解其健康問題，例如嚴重咳嗽。該處方可為藥片、藥水或薄片形式，亦可為貼在皮膚上的藥膏。鴉片類處方藥物實例包括：

- 可待因 **(Codeine)**－一些止咳藥水及一種泰諾(Tylenol®)產品中所含成分
- 氫可酮 **(Hydrocodone)**－維柯丁(Vicodin®)、對乙醯氨基酚片劑(Lortab®)或氫可酮片劑(Lorcet®)
- 羥氫可待酮 **(Oxycodone)**－鹽酸羥考酮和對乙醯氨基酚片劑(Percocet®)、鹽酸羥考酮釋放片劑(OxyContin®)或複方羥可酮片劑(Percodan®)
- 氫嗎啡酮 **(Hydromorphone)**－鹽酸羥嗎啡酮(Dilaudid®)
- 嗎啡－美施康定 **(MSContin®)**、MSIR®、Avinza® 或 Kadian®
  丙氧芬－丙氧酚(Darvocet®)或達爾豐(Darvon®)
- 芬太尼 **(Fentanyl)**－芬太尼透皮貼劑(Duragesic®)
- 美沙酮 **(Methadone)**。

人們有時會濫用鴉片類物質。

人們有時會自行治療或為獲得一種良好感覺（通常稱為「快感」或「亢奮」）而濫用鴉片類藥物。人們濫用藥物的渠道很多，如濫用處方藥物、竊取藥物、找多名醫生開具額外藥物，或從毒販購買藥物。有時為獲得亢奮感覺，他們飲用大量藥水或碾碎許多藥片吞下、鼻吸或注射。一些人使用海洛因尋求亢奮感覺，海洛因是一種可以點燃吸食、鼻吸或注射的非法鴉片類物質。

鴉片類物質有副作用。

服用鴉片類物質的人會對其產生耐藥力。這意味著需要更多藥物來獲得其產生的效果。鴉片類物質亦有可能讓人對其產生依賴性，如果體內沒有鴉片類物質，就會有不適症狀。這種不適症狀稱為戒斷症狀。

耐藥性及依賴性是鴉片類藥物處方的常見副作用。如果耐藥力成為問題，醫生可調節患者的劑量或更改藥物。對鴉片類藥物已產生依賴、但準備停用該藥物的人，可逐漸減量（逐漸減少服用量）以避免戒斷症斷，這應在醫生的護理下進行。

不正當使用藥物或服用海洛因的人亦會產生耐藥性和依賴性。時間長了，這些人在沒有鴉片類物質的情況通常會下開始感到不適。他們服用鴉片類物質，僅僅是為了感覺正常。

鴉片類物質會致癮。

成癮是當鴉片類物質影響大腦時產生的一種疾病。正常使用藥物的人一般不會成癮，但也有例外。成癮通常因不當的使用而造成。有些人因基因、性情或個人情況因素，成癮風險較高。成癮的症狀有：

- 渴望－精神上產生對毒品藥物不可抗拒的要求。
- 失去控制－很難拒絕使用毒品藥物。即便藥物造成傷害，亦難以抑制地繼續使用。

成癮通常不可能逐漸消除。由於渴望過於強烈，且對戒斷症狀過度恐懼，因此成癮的人需要更多幫助。

鴉片類物質成癮可以治療。

鴉片類物質成癮屬於一種慢性病，如同心臟病或糖尿病。慢性病是一種終身健康狀況，不能治癒，但可控制。成癮患者可以恢復健康、有益的生活。

大多數人無法輕易克服成癮。他們需要幫助，將成癮行為轉變為不致癮的健康生活方式。他們可透過治療－從醫生及物質藥物濫用治療人員的護理獲得這種幫助。

治療幫助人們停止使用問題毒品藥物，幫助人們忍受戒斷症狀，克服渴望。這亦有助於人們遠離其他有害行為，如飲酒或濫用其他毒品藥物。

另外一個要點是，治療能幫助解決與成癮息息相關的生活問題，如自我價值低的感覺、惡劣工作或家庭狀況或與使用毒品藥物的人相處。簡言之，治療能幫助人們擁有健康、無成癮的生活方式，我們可稱之為康復。

治療可能使用藥物。

藥物輔助治療是一種用藥物配合心理諮詢和其他支援治療成癮的方法。藥物治療通常是鴉片類物質成癮的最佳選擇。

若患者成癮，藥物可幫助患者恢復正常心理狀態，遠離毒品藥物帶來的亢奮和消沉，讓患者不再終日掛念這個毒品藥物。藥物亦可減少戒斷症狀和渴望的問題。這些改變讓患者有精力關注生活方式的變化，恢復健康生活。

服藥治療鴉片類物質成癮，如同用藥控制心臟病或糖尿病，而不是使用一種致癮的毒品藥物代替另一種致癮的毒品藥物。只要藥物使用正常，不會引起新的成癮。這有助於人們控制成癮，以維持康復帶來的益處。

藥物有三種主要選擇。

治療鴉片類物質成癮最常用的藥物是美沙酮 **(methadone)** 及丁基原啡因 **(buprenorphine)**。有時使用另一種藥物，名為納曲酮 **(naltrexone)**。不同藥物的價錢不同。考慮治療方案時，可能需要考慮這一因素。

美沙酮及丁基原啡因讓大腦產生幻覺，讓它認為仍然正在接收問題鴉片類物質。服藥的人感覺正常、無亢奮，且不會出現戒斷症狀。美沙酮及丁基原啡因亦緩解渴望。

納曲酮以另一種方式幫助克服成癮。它阻止鴉片類物質藥物的效力，這樣可以取消再次使用問題毒品藥物的亢奮。這種特徵令納曲酮成為防止復發（再度使用問題毒品藥物）的良好選擇。

所有這些藥物具有相同的正面效果：減少問題成癮行為。

所有三種藥物均為藥片。美沙酮亦有藥水及薄片形式。美沙酮須每日服用。其他兩種藥物開始時每日服用。一定時日之後，丁基原啡因每日或每隔一日服用，而納曲酮的服用劑量為最多隔 3 天服用一次。

治療成癮的美沙酮僅在獲得特別許可的治療中心配發。丁基原啡因及納曲酮在治療中心配發或由醫生開具處方。醫生開具丁基原啡因處方必須獲得特別批准。一些患者在需要服藥時到醫療中心或醫生的診所服藥。持續保持康復狀態的患者可獲得供應藥物的處方，在家服藥。



根據患者情況使用適當的藥物。

患者決定嘗試藥物輔助治療時，首先第一步就是與醫生或其他醫療工作人員進行面談。首次面談稱為評估。向患者提出以下問題：

- 您服用鴉片類毒品藥物有多久了？
- 您是否在服用其他毒品藥物？
- 您是否飲酒？
- 您有哪些服用毒品藥物及飲酒習慣及方式？
- 您是否接受過治療？
- 您是否有其他健康問題？
- 您目前有無服用任何藥物？
- 您是否對藥物有過反應？
- 您現在是在妊娠期嗎？
- 您有什麼特別需要嗎？
- 您有什麼康復目標？
- 您是否有親朋好友支持您接受治療？

此面談期間，患者瞭解關於治療選擇方案、治療中必須遵守的規則，以及預計隨後會發生的事情。

體檢亦是評估的一部分。體檢發現患者的整體健康狀況，亦可檢測是否有濫用毒品藥物的常見疾病。體檢通常包括藥物檢測，通常是檢查尿液或唾液。

評估之後，醫生或物質濫用治療人員與患者討論治療選擇方案，患者可選擇親朋好友加入討論。

患者同意治療計劃。其中包括：

- 治療目的
- 確定使用哪種藥物，以及開始使用的劑量水平
- 到治療中心就診的計劃
- 心理諮詢計劃
- 採取的其他措施，例如參加支援團隊
- 如何確定實現目標的程度。

該計劃說明不遵守計劃的情況下會發生的事情。患者可能須簽署一份表格，表明其同意遵守計劃。

謹慎介紹使用藥物。

美沙酮可在開始康復時完全服用。丁基原啡因在戒斷症狀開始時立即服用。納曲酮在鴉片類物質完全排出體外後方可服用，通常是在戒斷症狀開始後 7 至 10 天。過早服用丁基原啡因或納曲酮會令戒斷症狀惡化。

醫療工作人員在患者服用首劑劑量之後數小時與患者面談，通常定期面談達一週或兩週。這些面談將確保藥物發揮作用、副作用不會令人過於難受，且患者按照確切要求服藥。務必遵循指引，因為服藥不當會導致用藥過量或死亡。

戒斷症狀

- 打哈欠及其他睡眠問題
- 異常多汗
- 焦慮或緊張
- 肌肉酸痛及疼痛
- 胃痛、噁心或嘔吐
- 腹瀉
- 虛弱

若藥物未發揮預期的作用，醫生可增加或減少劑量，或開具不同藥物的處方。調整劑量時，患者或許會感到與戒斷症狀相似的一些症狀。

美沙酮及丁基原啡因首先會引起睡意。因此，開始使用這兩種藥物中的任何一種時，患者不得駕駛或從事其他高風險任務，以避免意外事故。若睡意持久不退，醫生會調整劑量水平。

藥物使用得當時，患者感覺正常，只有輕微的副作用或無副作用，沒有戒斷症狀感覺，並且渴望有所抑制。

藥物可安全服用數年。

治療藥物可安全服用，按照需要可服用數月、一年、數年，甚至終生。有時，人們認為他們不再需要藥物，並可能會想停止服藥。若使用美沙酮及丁基原啡因，則必須逐步停用，以防止戒斷症狀。停用納曲酮不會導致戒斷症狀。應始終與醫生討論任何停藥計劃。

心理諮詢會有所幫助。

許多接受藥物輔助治療的患者透過心理諮詢獲益—即在治療中有機會與專業人士一對一交談或與他人一起集體交談。

透過心理諮詢，人們可瞭解關於成癮疾病的情況。他們亦會瞭解成癮發生的原因、成癮導致的問題，以及他們需要採取何種措施來解決這些問題。

心理諮詢可提供鼓勵和堅持治療的動力，可傳授處事技巧及防止復發的方法，可幫助人們瞭解如何作出更健康的決定，克服挫折和壓力，繼續生活。

在集體心理諮詢中，人們可與接受治療的其他人保持聯絡，結交不再使用毒品藥物的新朋友。您亦可從支援團隊受益。支援團隊指面臨類似挑戰人士的非正式聚會。

親朋好友亦非常重要。

單獨一人很難進行康復。親朋好友的支持非常重要。關愛和鼓勵可幫助患者下定決心投入治療並堅持治療。

親朋好友可透過實際方法提供幫助，如提供前往治療的接送服務、安全住所或幫助尋找工作。親朋好友亦可幫助在康復中的人避免或克服挫折。

有些治療計劃會為親朋好友提供心理諮詢。之所以如此，是因為和成癮的人在一起可能造成他們的痛苦及憤怒，或羞愧和絕望感。

心理諮詢有助於親朋好友進一步瞭解您的情況、如何提供幫助及如何應付成癮給他們造成的困擾。這裡是一個讓他們傾訴感受，瞭解每一個受影響的人能獲得哪些幫助的安全場所。

另外亦設有親朋好友支援團隊。在這裡可放心分享資訊，鼓勵身邊有成癮之親朋好友的他人。

許多曾經克服鴉片類物質成癮的人已恢復正常、健康的生活。實現這一點的方法之一便是使用藥物輔助治療。藥物、心理諮詢及支援：一同幫助您的親友好友。

「康復如同工作，是一項回報最大的終身事業。」

杜民

警告

- 若將藥物帶回家中，必須鎖在安全地方。若兒童誤食，可能會用藥過量或死亡。美沙酮應尤其注意，因為通常為彩色液體。兒童可能誤認為是汽水。
- 這三種藥物均對有些人有副作用，如腸胃不適、睡眠問題。但作用通常較小。
- 服用任何該等藥物的人應請醫生檢查肝臟問題。
- 服用任何該等藥物的人應在停止或開始使用任何其他藥物前告知醫生。
- 婦女若懷孕或處於哺乳期，應告知物質濫用治療人員。這些婦女僅建議服用美沙酮。
- 注意美沙酮用藥用量跡象：
  - 呼吸困難或淺呼吸
  - 極度疲憊或嗜睡
  - 視力模糊
  - 無法正常思考、交談或行走
  - 感覺無力、眩暈或混亂。

服用美沙酮的人若出現上述症狀，應立即獲取醫療護理。注意：用藥丁基原啡因不太可能用藥過量，納曲酮不會用藥過量。但為避免發生問題，任何用於鴉片類物質成癮的藥物應嚴格按照醫生處方服用。

- 服用任何該等藥物的人士，不得使用其他鴉片類藥物或非法毒品。且不得飲酒或使用鎮靜劑、安定劑或其他減緩呼吸的藥物。與治療藥物一同大量使用任何此類物質可能導致用藥過量或死亡。

成癮

事實與迷思

成癮是一種疾病。成癮不可治癒，但可使用藥物、結合心理諮詢和親朋好友的支持予以治療。成癮不是意志薄弱的症狀。「所有人戒癮所需要的就是「堅強的意志」」這種說法不正確。

藥物輔助治療的目標就是克服成癮恢復健康。藥物輔助治療並非以一種致癮的藥物替代另一種致癮的毒品藥物，藥物輔助治療提供一種安全、有控制劑量的藥物，以戒除使用問題鴉片類物質。

物質濫用治療人員與他人共享您的資料前，必須獲得知情同意書（書面協議）。此私隱規定有兩種例外情況：(1) 患者看似可能會傷害他們自己或其他人，及 (2) 法院命令患者接受治療。要瞭解關於私隱權利的更多資訊，請諮詢物質濫用治療人員。

康復有可能實現。但需要付諸努力。治療完成之後，不會一切都自動恢復完好。康復在治療期間和治療之後，都需要每天不懈的努力。

事實



藥物輔助治療的康復目標

目標 1：戒除問題鴉片類物質。

此階段亦稱為戒毒或解毒。

_______ 停止使用鴉片類毒品藥物。
_______ 與醫生配合選擇一種藥物。
_______ 考慮酒精或其他藥物使用是否干擾康復進程。
_______ 接受醫療改善整體健康狀況。
_______ 開始心理諮詢，改善健康、行為及處事技巧。

目標 2：開始進行康復。

_______ 與醫生配合，根據需要調節藥物和劑量。
_______ 用健康行為替代不健康的行為。例如，加入支援團隊、尋找新的愛好或尋找一份工作。
_______ 努力改善或修復關係。
_______ 學習辨別和避免誘因（引起復吸毒品藥物渴望的地點或活動）。
_______ 瞭解如何避免復發。
_______ 學習在家服藥（如果計劃、國家和聯邦規則允許）。
_______ 接受毒品藥物抽查測試。

目標 3：堅持康復過程。

_______ 堅持日常生活習慣。例如：工作或上學、參加支援團隊或心理諮詢、建立關係及享受樂趣。
_______ 安排定期與醫生進行就診，檢查劑量水平，獲得續藥。
_______ 繼續避免誘因和復發。
_______ 接受毒品藥物抽查測試。

目標 4：享受沒有成癮的生活。

_______ 保持穩定的健康行為習慣。
_______ 每 1 至 3 個月與醫生或物質濫用治療人員進行就診。
_______ 繼續從家人、朋友和支援團隊獲得力量。
_______ 如有需要，繼續為其他事宜進行心理諮詢。

所有階段的目標：避免復發和誘因

許多接受治療的人士在好轉及戒除毒品藥物之前，會有一次或更多的復發。每次復發均會受到挫折，但並不意味著失敗。復發的人可以繼續治療，直到完全康復。

大家可透過遠離誘因，例如：避開以往使用毒品藥物的場所，及遠離使用毒品藥物的朋友，防止復發。

防止復發的另一種方法是謹惕急躁或過度自信。表述下列言論（或者甚至有這些想法）的人可能需要返回較早的康復目標：

「這種治療無效！」

「我以為我不會再有渴望。」

「我已經康復！如果只是與朋友一起用，我可以有控制。」

「我不可能復發！」

「我可以獨立戒毒。」

「我在亢奮時，非常愉快！我從來沒有遇到問題。」

支援團隊及資訊

- 這並非完整清單。列於此處並不表示 Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) 認可以下任何組織。
- 一些支援團隊著重禁用毒品，而並不在乎藥物輔助治療。列於此處的團隊項目沒有這類政策，但單獨小組會議會有所不同。您可能需要接觸了解幾個支援團隊，以找到適合您的支援團隊。
- 一些支援項目是專為患有物質使用障礙的患者設置，其他計劃則讓親朋好友參加會議，或為他們安排單獨會議。諮詢各個組織，瞭解詳細情況。
- 若沒有小組在您所在社區舉行會議，網路支援團隊可能是您的最佳選擇。另一種選擇是聯絡 Alcoholics Anonymous (AA, http://www.aa.org)，了解您所在的社區舉行的 AA 會議是否對除了酒精成癮康復者外，也對其它毒品成癮康復者開放。

精選的亞洲語言患者資源
http://spiral.tufts.edu/index.html

物質濫用治療設施搜索網站
http://findtreatment.samhsa.gov/

National Asian American Pacific Islander Mental Health Association
http://www.naapimha.org/

National Asian Pacific American Families Against Substance Abuse
http://www.napafasa.org/

物質濫用治療設施查找器

800-662-HELP (4357)（英文及西班牙文）

800-487-4889 聽障專線 TDD（聽障人士專用）

http://findtreatment.samhsa.gov

免費手冊

- 老化、藥物和酒精
- 酒精和毒品治療：它如何起作用，如何能幫助你—根據 TIP 44 改編的消費者手冊：刑事司法系統內成人物質濫用治療
- 毒品、酒精和愛滋病病毒／愛滋病：華人用戶指南
- 心理健康與年齡無關
- 自我治療：男性如何走出兒時受虐的陰影
- 自我治療：婦女如何走出兒時受虐的陰影
- 什麼是物質濫用治療？家庭手冊

「對我而言，康復意味著為自己和家人，最終是社會創造更好的生活。因為我好，便是他們好。」

林海江

鳴謝

本出版物由 JBS International, Inc 與 The CDM Group, Inc. 共同為 Knowledge Application Program (KAP) 根據編號為 270-09-0307 的合約，為美國衛生及公共服務部 (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) 物質濫用及心理健康服務署 (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA) 物質濫用治療中心 (Center for Substance Abuse Treatment, CSAT) 撰寫與編製。

本手冊可從 KAP 網站 http://store.samhsa.gov 下載。

2011 年從英文版本改編及翻譯。
原英文版本於 2009 年出版。
HHS 刊發編號 (SMA) 11-4443Chinese

